



## Prepararsi Ha Senso. Preparatevi Adesso.

### 1. Procuratevi un Kit di Primo Soccorso.

Siate preparati ad improvvisare e ad usare quello che avete a portata di mano per permettervi di resistere per almeno tre giorni, o anche più a lungo. Sebbene ci siano molte cose che vi possono aiutare, pensate soprattutto ad acqua fresca, cibo ed aria pulita.

Approvvigionamenti Raccomandati da Includere in un Kit di Base:

- Un gallone di acqua al giorno per persona
- Scorte per almeno tre giorni di cibo non deperibile
- Radio a pila o a manovella e radio con Canale Meteo NOAA con segnale d'allarme e con pile di scorta per entrambe
- Torcia elettrica con pile di scorta
- Kit di Primo Soccorso
- Fischietto per segnalare il bisogno d' aiuto
- Maschera con filtro o una maglietta di cotone per filtrare l'aria
- Salviettine umidificate, sacchi per rifiuti e legacci di plastica per l'igiene personale
- Chiave inglese e pinza per staccare luce, gas, ecc,
- Apriscatole manuale se il kit contiene cibo in scatola
- Teli di plastica e nastro tessile adesivo (duct tape) per improvvisare un rifugio in casa
- Documenti importanti di famiglia (vedi sotto)
- Articoli per i bisogni particolari della famiglia, quali medicinali con ricetta medica, latte in polvere per neonati o pannoloni
- Articoli per animali domestici quali lettiera e cibo per cani

Includete Documenti d'Emergenza: includete copie di documenti importanti nel vostro kit di approvvigionamenti d'emergenza quali carte di famiglia, cartelle mediche, testamenti, rogiti, codici fiscali, informazioni bancarie e sui conti correnti, e cartelle delle tasse. È meglio conservare questi documenti in un contenitore impermeabile. Se avete informazioni relative al funzionamento di attrezzature o a dispositivi salvavita di cui avete bisogno, includete anche quelli nel vostro kit d'emergenza. Inoltre, assicuratevi di avere contanti o travelers checks nel vostro kit nel caso avrete bisogno di comprare altre cose necessarie.

Considerate due kit. In uno mettete tutto quello di cui avrete bisogno per restare dove siete e farcela da soli. L'altro dovrebbe essere una versione leggera e più piccola che potete portare con voi se dovrete evacuare.

### 2. Preparate un Piano su cosa farete in caso di emergenza.

Prevedete in anticipo quello che farete in caso d'emergenza. Siate preparati a valutare la situazione. Usate buon senso e tutto quello che avete a portata di mano per occuparvi di voi stessi e della vostra famiglia.



Ideate un Piano d’Emergenza per la Famiglia: La vostra famiglia potrebbe non essere insieme quando il disastro colpisce, quindi mettetevi d’accordo su come vi potrete contattare e ripassate insieme quello che farete in situazioni diverse. Ideate un piano secondo il quale ogni membro della famiglia chiama lo stesso amico o parente, o gli manda un’email. Può essere più facile chiamare fuori città che chiamare localmente, quindi una persona che vive fuori città può essere in una posizione migliore per mantenere la comunicazione tra i familiari separati. Assicuratevi che ogni membro della vostra famiglia sappia quel numero di telefono e che abbia abbastanza moneta o una carta del telefono pre-pagata per poter chiamare il contatto stabilito. Potreste avere difficoltà a telefonare, o le linee telefoniche potrebbero essere guaste, ma siate pazienti. A seconda delle vostre circostanze e della natura dell’attacco, la prima decisione importante sarà se rimanere o se evacuare. Informatevi e preparatevi per entrambe le possibilità. Usate buon senso e le informazioni che state apprendendo qui per determinare se esiste pericolo immediato. Guardate la televisione e ascoltate la radio per istruzioni ufficiali man mano che vengono diffuse.

Create un Piano per un Rifugio In Casa: Ci sono circostanze quando rimanere sul posto e creare una barriera tra voi stessi e l’aria esterna potenzialmente contaminata, un processo chiamato rifugiarsi in casa e sigillare una stanza, può determinare la vostra sopravvivenza. Se vedete che nell’aria ci sono larghe quantità di detriti, o le autorità locali dicono che l’aria è molto contaminata, procedete a costruire un rifugio in casa e sigillate una stanza. È consigliato tagliare in anticipo dei teli di plastica per sigillare finestre, porte e bocchette di ventilazione. Ciascun pezzo dovrebbe essere parecchi centimetri più largo dello spazio che vorrete coprire cosicché potrete fissarlo con l’adesivo ben piatto sul muro. Etichettate ogni pezzo con il posto dove andrà usato. Usate tutte le informazioni a disposizione per valutare la situazione. Velocemente riunite in casa tutti i membri della vostra famiglia e gli animali domestici, chiudete le porte a chiave, chiudete le finestre e le bocchette di ventilazione, e rimpiazzate le serrande. Spegnete immediatamente il condizionatore, la caldaia con sistema di scambio ad aria, ventilatori esterni ed asciugatrici con sfogo esterno. Prendete i vostri approvvigionamenti d’emergenza e rifugiatevi nella stanza da voi designata. Sigillate finestre, porte e bocchette di ventilazione, Sia chiaro che il sigillare la stanza è una misura precauzionale temporanea per creare una barriera tra voi e l’aria contaminata. Guardate la TV, ascoltate la radio o controllate l’Internet per istruzioni dalle autorità ufficiali dell’emergenza.

Create un Piano per Evacuare: Preparatevi in anticipo su come radunare la vostra famiglia e decidete dove andare. Scegliete destinazioni diverse in direzioni diverse così avrete più opzioni in caso di emergenza. Se avete un’auto, tenetela sempre con almeno mezzo serbatoio pieno di benzina. Prendete familiarità con percorsi alternativi come pure con altri mezzi di trasporto fuori dalla vostra zona. Se non avete un’auto, fate piani per come evacuerete se necessario. Prendete il vostro kit con gli approvvigionamenti d’emergenza, a meno che non abbiate ragione di credere che sia contaminato e chiudete la porta dietro di voi. Se vi viene detto di evacuare, portate i vostri animali domestici con voi, ma tenete presente che se andrete in un rifugio pubblico potrebbero non permettere la loro presenza. Se pensate che l’aria sia contaminata, guidate con i finestrini e le bocchette dell’aria chiusi e tenete l’aria condizionata ed il riscaldamento spenti. Ascoltate la radio per istruzioni. Informatevi sui Piani d’Emergenza a scuola ed al lavoro. Parlate con le scuole dei vostri figli e col vostro datore di lavoro di



eventuali piani d'emergenza. Se siete un datore di lavoro, assicuratevi di avere un piano di prontezza in caso di emergenza. Ripassatelo e praticatelo con i vostri dipendenti. Una comunità che lavora insieme durante un'emergenza è la cosa più sensata. Parlate con i vostri vicini su come potete cooperare insieme.

### **3. Siate informati su cosa potrebbe succedere.**

Alcune delle cose che potete fare per prepararvi per l'inaspettato, quali mettere insieme un kit di approvvigionamenti e ideare un piano d'emergenza per la famiglia, sono le stesse sia nel caso di disastro naturale che in quello causato dagli uomini. Comunque ci sono delle differenze significative tra le possibili minacce terroristiche, per es. biologiche, chimiche, esplosive, nucleari e radiologiche, che determineranno le decisioni che prenderete e le azioni che farete. Cominciando un processo di apprendimento di queste minacce specifiche, vi preparate a reagire in caso di emergenza. Andate su [ready.gov](http://ready.gov) per saperne di più su potenziali minacce terroristiche o chiamate 1-800-BE-READY (1-800-237-3239) per un depliant gratis. Preparatevi ad adattare queste informazioni alle vostre circostanze personali e impegnate ogni sforzo per seguire le istruzioni ricevute dalle autorità del luogo. Imparate anche tutto sul piano d'emergenza locale della vostra comunità. Con questi semplici preparativi, sarete meglio preparati per l'inaspettato.

### **4. Siate coinvolti nel preparare la vostra comunità.**

Dopo che voi e la vostra famiglia vi siete preparati per possibili emergenze, fate il prossimo passo e coinvolgetevi nei preparativi della vostra comunità. Informatevi di più sulla Citizen Corps, che coinvolge attivamente i cittadini nel rendere le nostre comunità e la nostra nazione più sicure, più forti e meglio preparate. Noi tutti abbiamo un ruolo nel mantenere le nostre città sicure da emergenze di ogni tipo. La Citizen Corps lavora duro per aiutare la gente ad essere preparata, ad addestrarsi e ad offrirsi volontaria nella propria comunità. Andate su [www.citizencorps.gov](http://www.citizencorps.gov) per ulteriori informazioni e per coinvolgervi.

#### **Per Ulteriori Informazioni:**

- The Michigan Department of Community Health website: [www.michigan.gov/prepare](http://www.michigan.gov/prepare)
- The Center for Disease Control and Prevention (CDC) website: <http://emergency.cdc.gov/> o la CDC Public Response Hotline: Inglese e Spagnolo 1-800-CDC INFO (232-4636) e TTY 888-232-6348